RADY PRAKTYCZNE

Dodatek do Nr. 2

DWUTYGODNIKA „MŁODA MATKA"

ROK 1930.

TREŚĆ NUMERU: Wycinanka. Nasza forma. Dzieci a sporty zimowe. Ubranka trykotowe. Cztery obiady moich wnucząt.

Ułożyła Z. Węglińska.



Pies, sanki, narty — i śnieg zalany słońcem — to jest raj dla dzieci.

Wycinanka



WYCINANKA

Podana wycinanka efektownie wypadnie, jeżeli ją się będzie w następujący sposób naklejać. Bierzemy papier kolorowy, wyobrażający niebo i naklejamy na jego połowie drugi, wyobrażający ziemię. Następnie odbijamy na bibułce wzór, który potem przenosimy na kolorowe papiery i wycinamy.

Kolory na ziemię, niebo, kurę i kurczęta dzieci powinny same sobie dobrać. Gdyby im to sprawiało trudność — pomoże mamusia.

Po naklejeniu całej kury i kurcząt, wycinamy i naklejamy im dziobki i skrzydła z innego papieru (u kurcząt wąskie paseczki).

Wzór ten można też odkalkować na białym papierze i pokolorować kredkami.

Dzieciom zdolnym, lubiącym samodzielność, a nie zrażającym się nieudolnością swej pracy, posłużyć może ta wycinanka tylko jako temat.

Helena Kopytowska.

Kałuszyn — Szkoła.

NASZA FORMA



Piżamka dla chłopczyka na 5 — 6 lat stosowna i dla dziewczynki, ładna i wygodna, jako ciepłe ubranie po kąpieli i zamiast nocnej koszulki do snu. Wykonana z miękkiej flanelki, szyjka, mankieciki i środek przodu wykończone szydełkiem włóczką w dwóch kolorach. Na połączeniu piżamki w pasie naszyta pliska, w którą wciągamy sznurek na końcach z chwaścikami do wiązania.

D Z I E C I,

A SPORTY ZIMOWE

Łyżwy

Saneczki

Narty



Dzieci już od lat 6 — 7-miu mogą uprawiać narciarstwo i czynią to z wielką radością. Sprzęt narciarski dla dzieci, narty i kijki, łatwo dobrać można w każdym sklepie sportowym.



Maleńki łyżwiarz, i ładnie ubrany, każdemu zaimponować może brawurową i piękną jazdą.



Jazda na saneczkach — to ulubiona zabawa dzieci w zimie. Starsze jeżdżą same, ale nawet i paroletnie dzieci korzystać mogą z radości saneczek, na które siadają z mamusią.



Mała narciarka w ciepłych spodenkach i sweterku zażywać może w pełni zdrowego ruchu nietylko w Zakopanem, ale i w stolicy: w Agrykoli i na Bielanach.

Ubranko trykotowe



Podajemy śliczny modelik sukienki trykotowej dla dziewczynki lat 5-ciu do 6-ciu.

Sukienkę tę należy wykonać dwoma rodzajami ściegów, podanych na rysunku i przybrać wstążką odpowiednio stosowaną do koloru wełny.

Dla dziewczynek wrażliwych na chłód, krótkie rękawki można zastąpić długiemi ujętemi przy rączce w wąski mankiecik.

Do wykonania sukienki dla dziewczynki lat 6-ciu trzeba wziąć 125 gramów wełny sześcioskrętowej, do roboty najlepiej używać drutów średnicy 4 mm.

Sukienka ta jest łatwa do wykonania, pierze się doskonale i posiada ładną nowoczesną linję.

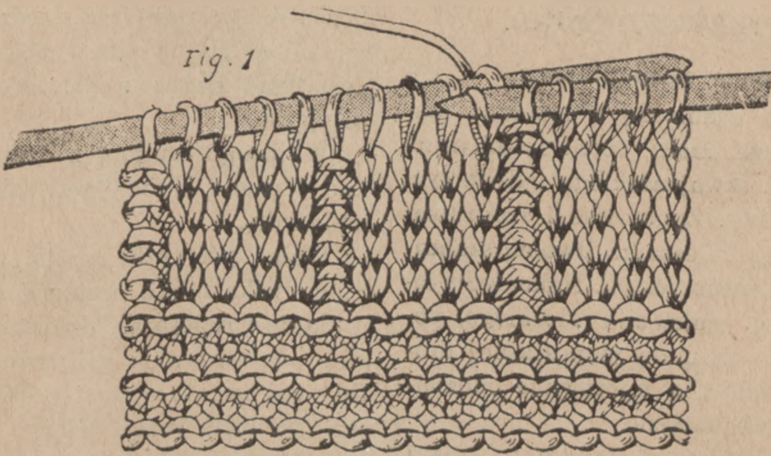
Cztery obiady moich wnucząt

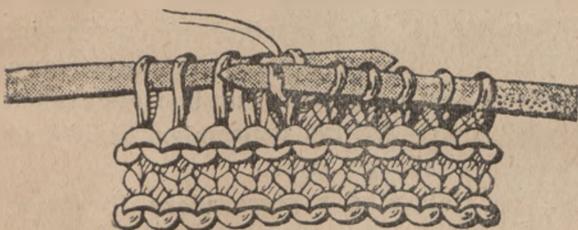
Kuchnia dziecka powinna być smaczna i prosta. Nie należy dziecka przyzwyczajać do potraw wymyślnych — tem niemniej należy mu podawać pożywienie starannie przyrządzone, a rozmaitość w doborze potraw i w sposobie ich podania jest wskazana.

Podam więc czytelniczkom przepisy na cztery obiady zdrowe, pożywne i proste, które gotowałam sama dla moich wnuczków i które były zawsze i niezawodnie zjadane z wielkim apetytem i z oznakami wielkiego zadowolenia.

(D. c. na str. 8).

Fig. 1





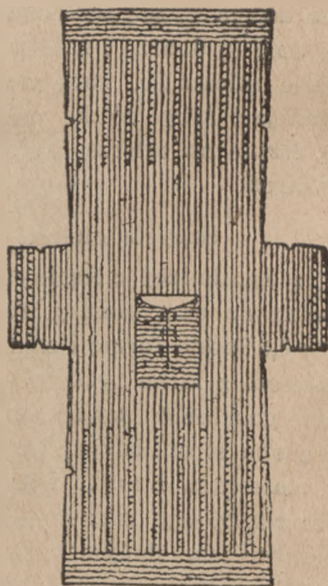
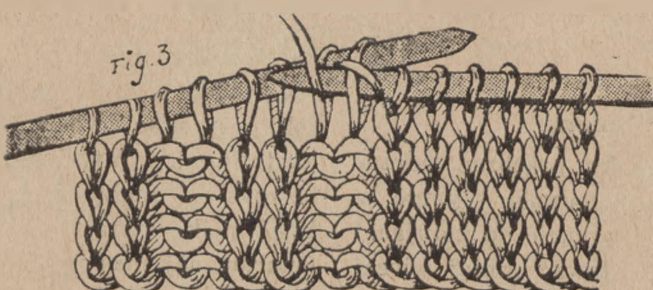




Fig. 3



PIERWSZY OBIAD.

Zupa neapolitańska.

Zrobić zasmażkę z łyżeczki masła, łyżeczki mąki, dodać łyżkę utartego sera szwajcarskiego i dwie łyżki śmietany. Zagotować i rozprowadzić, ciągle mieszając, dwoma szklankami mięsnego rosołu. Nakoniec włożyć 5 dkg. makaronu włoskiego, połamanego na małe jednostajnej długości kawałki, a ugotowane oddzielnie w słonej wodzie.

Zamiast masła, śmietany i mąki można wziąć ½ kwaterki śmietanki, dwa żółtka, łyżkę sera szwajcarskiego, ubić to dobrze i zalewać pomału, ciągle mieszając, gorącym rosołem, uważając, żeby żółtka nie zważyły się. Nalać na talerze, na ugotowany makaron.

Sznycle cielęce.

¼ kg. ładnej cielęciny przekroić wzdłuż na dwa plastry, zbić mocno, nadając ładną formę i zalać jajkiem, rozbitem z kilku łyżkami mleka. Po paru godzinach, wyjąć sznycle, osolić z obu stron, osypać bułeczką tartą, zmieszaną z mąką i kłaść na gorące roztopione masło. — Smażyć z początku na dużym ogniu, a gdy sznycle zrumienią się z obu stron, postawić patelnię na wierzchu kuchni, żeby dochodziły pomału i nie były surowe.

Szpinak.

¼ kg. szpinaku przebrać, odrzucając korzenie i łodyżki, wymyć w kilku wodach i wrzucić do gotującej się wody. — Gotować mniej więcej pięć minut. Gdy szpinak miękki, t. j. łatwo da się rozetrzeć między palcami, odlać go na sito i pod kranem przelewać zimną wodą, aż zupełnie ostygnie

Wycisnąć szpinak z wody, posiekać drobno, lub przepuścić przez maszynkę.

Wziąć pół łyżki masła, rozetrzeć z pół łyżką mąki, postawić na ogień i, ciągle rozcierając, dolewać po trochu pół szklanki gorącego mleka. Gdy sos zagotuje się i zrobi się gęsta, jednolita masa, włożyć szpinak, posolić i ogrzać dobrze ciągle mieszając, ale niedopuszczać do zagotowania, żeby szpinak nie poczerniał.

Podając osypać jajkiem ugotowanem na twardo i drobno posiekanem lub przykryć omlecikiem zrobionym z jednego jajka.

Galaretka z pomarańczy i cytryny z biszkoptami.

2 filiżanki wody zagotować z 4-ma łyżkami cukru. Zdjąć z ognia, włożyć 5 listków żelatyny, wymoczonej przez parę godzin w zimnej wodzie i dobrze z niej wyciśniętej. Wymięszać dobrze i nakoniec wlać sok z jednej cytryny i jednej pomarańczy. Przecedzić do foremki i postawić na chłodzie.

Biszkopty.

2 żółtka utrzeć doskonale z 2 łyżkami cukru pudru. Z 2 białek ubić tęgą pianę, kłaść ją do utartych żółtek, posypując dwoma łyżkami mąki kartoflanej. Wymieszać wszystko ostrożnie i małą łyżeczką układać biszkopciki okrągłe na blasze, posmarowanej masłem i osypanej mąką. — Wstawić do letniego pieca.

Drukarnia Kobiety Współczesnej, Marszałkowska 148.